



## **FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PERILAKU PEMBACA DALAM MEMPEROLEH INFORMASI GAYA HIDUP SEHAT (Studi kasus Pembaca Tabloid *Senior* di Kecamatan Bogor Utara)**

### **(FACTORS CORRELATED TO READERS' BEHAVIOR TO OBTAIN INFORMATION ON HEALTHY LIFE STYLE (Case Study: Senior Tabloid Readers in North Bogor Regency))**

Endang Sri Wahyuni, Ma'mun Sarma, dan Ismail Pulungan

#### **Abstract**

*Healthy behavior is an important physical and psychological needs for human beings. Therefore, to attain good healthy behavior results, it is essential to study of the process to obtain information oh healthy life style in the Senior tabloid. Objectives of this research are to analyze individual characteristic (internal factors) and external factors (physical environment, social environment, and cultural environment), and to analyze the relationship between the internal factors and external factors and reader behavior. This study is a correlational description research, consists of 40 respondents of Senior tabloid reader were taken as sample. The sampling method was Sensus, and the technique of analysis were Spearman correlation method. The important results are : (1) reader behavior classified of five parts: exertion obtain an information source, reading frequency, reading schedule, exertion to store the information source, and information application, (2) internal factors that have significantly correlate to reder behavior are: job, healthy life style experience, family quantity, and cosmopolit, and (3) external factors that have significantly correlate to reader behavior are: packaging, content (topic and language), self concept, group effect, value system, and social process.*

**Keywords:** *Characteristic of readers, physical environment, cultural environment*

#### **Pendahuluan**

Ilmu kesehatan modern semakin mengutamakan isu pencegahan. Sosialisasi isu tersebut semakin menemukan bentuk serta cara-cara efektif. Salah satunya, penyebaran informasi kesehatan melalui media massa cetak. Sebagai alat pendidikan nonformal, media massa memiliki potensi mengubah perilaku pihak-pihak yang berhubungan dengannya. Salah satu pihak yang paling dominan adalah pembaca. Dengan demikian, melalui sifatnya sebagai alat pendidikan, media massa cetak mampu mengubah pola pikir dan pola tindakan pembaca.

Pada media massa, dari sisi pembaca berlaku prinsip resiprositas atau kedekatan

dan kepentingan yang didapat. Bagi pembaca dan peminat berita-berita kesehatan, Tabloid *Senior* dianggap memenuhi prinsip resiprositas tersebut. Pasalnya, media massa ini menampilkan berita-berita kesehatan secara rinci dan mendalam. Berdasarkan riset tim internal *Senior*, ditemukan tabloid ini mengutamakan pemberitaan pencegahan penyakit atau *preventive news*. Karena itu, dipilihlah moto 'Gaya Hidup sehat'. Dengan demikian, Tabloid *Senior* ingin menggalakkan gerakan hidup sehat, khususnya kepada para pembacanya.

Penelitian ini bertujuan untuk: Mengidentifikasi faktor internal dan faktor eksternal perilaku pembaca tabloid *Senior* dalam memperoleh informasi mengenai gaya

hidup sehat; Menganalisis hubungan faktor internal dengan perilaku pembaca tabloid *Senior*; Menganalisis hubungan faktor eksternal dengan perilaku pembaca tabloid *Senior*.

### **Metode Penelitian**

Populasi penelitian adalah pembaca tabloid *Senior* yang berada di Kecamatan Bogor Utara.

Penelitian ini dilakukan melalui 3 tahapan, yaitu: (1) menelusuri sebaran pembaca tabloid *Senior* di kantor *Senior* yang berada di Jakarta, (2) menelusuri calon responden melalui lapak-lapak tabloid *Senior*, dan (3) wawancara atau mencari informasi dari responden.

Berdasarkan observasi di delapan kelurahan Kecamatan Bogor Utara, terdapat 40 pembaca dengan sebaran seperti pada Tabel 1 berikut:

Tabel 1. Sebaran Pembaca Tabloid *Senior* pada Tiap Kelurahan di Kecamatan Bogor Utara

No.	Nama Kelurahan	Jumlah Pembaca	(%)
1	Ciparigi	12	30,0
2	Ciluar	7	17,5
3	Tanah Baru	4	10,0
4	Kedunghalang	5	12,5
5	Tegalgundil	5	12,5
6	Bantarjati	4	10,0
7	Cibuluh	2	5,0
8	Cimahpar	1	2,5
	<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100</b>

Tabel 1 sekaligus menunjukkan bahwa populasi pembaca tabloid *Senior* di Kecamatan Bogor Utara berjumlah 40 orang. Pengambilan sampel menggunakan metode sensus sehingga populasi sekaligus sebagai sampelnya. Dengan demikian, jumlah sampel dan jumlah populasi dalam penelitian sama, yakni 40 orang.

Metode pengumpulan data melalui kuesioner dan berlangsung selama tiga bulan, yaitu bulan September sampai bulan Nopember 2006. Adapun data primer yang terkumpul diolah dengan menggunakan analisis korelasi Spearman. Penelitian ini bersifat deskripsi korelasional, yaitu penelitian yang dirancang untuk mengetahui tingkat hubungan variabel-variabel yang berbeda dalam suatu populasi.

### **Hasil Dan Pembahasan**

#### **Hasil**

#### **Faktor Internal Pembaca Tabloid *Senior***

Faktor internal pembaca tabloid *Senior* yang diteliti ialah umur, pendidikan formal, lama bekerja dalam satu minggu, pengalaman gaya hidup sehat, jumlah keluarga, dan kekosmopolitan. Distribusi pembaca *Senior* berdasarkan faktor internal seperti pada Tabel 2.

Tabel 2 menunjukkan bahwa pembaca terbanyak pada kisaran umur 28 sampai 46 tahun (60%). Tingkat pendidikan pembaca yang setara dengan diploma dan S1 sebanyak 65%. Pembaca terbanyak (45%) menghabiskan waktunya untuk bekerja selama 57-90 jam per minggu. Pembaca memiliki pengalaman gaya hidup sehat yang banyak (23%).

Tabel 2. Distribusi Pembaca Tabloid Senior Berdasarkan Faktor Internal

No.	Faktor Internal	Kategori	(n=40)	(%)
1	Umur	Muda (19-27 tahun)	8	20,0
		Sedang (28-46 tahun)	24	60,0
		Tua (47-60 tahun)	8	20,0
2	Pendidikan Formal	Rendah (SMP/SMU)	9	22,5
		Sedang (Diploma/S1)	26	65,0
		Tinggi (S2/S3)	5	12,5
3	Lama bekerja dalam satu minggu	Sedikit (20-30 jam/minggu)	7	17,5
		Sedang (31-56 jam/minggu)	15	37,5
		Banyak (57-90 jam/minggu)	18	45
4	Pengalaman gaya hidup sehat	Sedikit	3	7,5
		Sedang	14	35,0
		Banyak	23	57,0
5	Jumlah keluarga	Sedikit (2-3 orang)	6	15,0
		Sedang (4 orang)	17	42,5
		Banyak (5-6 orang)	17	42,5
6	Kekosmopolitan	Rendah	5	12,5
		Sedang	23	57,5
		Tinggi	12	30,0

Keterangan: n = jumlah pembaca tabloid *Senior*

Jumlah keluarga dengan kategori sedang dan banyak memiliki persentase yang sama, yaitu 42,5% dengan jumlah anggota keluarga 4 orang dan 5 sampai 6 orang. Sebagian besar pembaca (57,5%) mempunyai sifat kekosmopolitan dalam kategori sedang.

#### Faktor Eksternal Pembaca Tabloid *Senior*

Faktor eksternal pembaca yang diteliti ialah kemasan, materi, konsep diri, pengaruh kelompok, sistem nilai, dan proses sosialisasi. Distribusi pembaca *Senior* berdasarkan faktor eksternal seperti pada Tabel 3 berikut:

Tabel 3. Distribusi Pembaca Tabloid Senior Berdasarkan Faktor Eksternal

No.	Faktor Eksternal	Kategori	(n=40)	(%)
1	Kemasan	Tidak menarik	6	15,0
		Kurang menarik	14	35,0
		Menarik	20	50,0
2	Materi	Tidak menarik	4	10,0
		Kurang menarik	9	22,5
		Menarik	27	67,5
3	Konsep diri	Buruk	7	17,5
		Cukup baik	17	42,5
		Baik	16	40,0
4	Pengaruh kelompok	Sedikit	16	40,0
		Cukup	15	37,5
		Banyak	9	22,5
5	Sistem nilai	Buruk	3	7,5
		Cukup baik	27	67,5
		Baik	10	25,0
6	Proses sosialisasi	Buruk	5	12,5
		Cukup baik	17	42,5
		Baik	18	45,0

Keterangan: n = jumlah pembaca tabloid *Senior*

Tabel 3 menunjukkan bahwa sebagian besar pembaca (50%) menyatakan bahwa kemasan tabloid *Senior* menarik. Sebanyak 67% pembaca menyatakan bahwa materi tabloid menarik. Konsep diri pembaca berada pada kategori cukup baik (42,5%). Cara pandang pembaca tentang gaya hidup sehat akibat pengaruh kelompok formal dan informal tergolong pada kategori sedikit (40%). Sistem nilai di lingkungan pembaca cukup baik (67%). Proses sosialisasi pembaca berada pada kategori baik (45%).

### Perilaku Pembaca Tabloid *Senior* dalam Memperoleh Informasi Gaya Hidup Sehat

Perilaku pembaca yang diteliti ialah usaha memperoleh tabloid, penjadwalan membaca, frekuensi membaca, usaha menyimpan sumber informasi, dan pemanfaatan informasi. Distribusi pembaca *Senior* berdasarkan perilaku pembaca dalam memperoleh informasi gaya hidup sehat seperti pada Tabel 4 berikut:

Tabel 4. Distribusi Pembaca tabloid *Senior* Berdasarkan Perilaku dalam Memperoleh Informasi Gaya Hidup Sehat

No.	Perilaku Pembaca	Kategori	Orang	(%)
1	Usaha memperoleh sumber informasi	Meminjam	10	25,0
		Membeli	22	55,0
		Berlangganan	8	20,0
2	Penjadwalan membaca	Tidak punya jadwal	22	55,0
		Kadang dijadwalkan	9	22,5
		Dijadwalkan	9	22,5
3	Frekuensi membaca	Sedikit	16	40,0
		Sedang	10	25,0
		Banyak	14	35,0
4	Usaha menyimpan sumber informasi	Tidak menyimpan	13	32,5
		Kadang menyimpan	11	27,5
		Selalu Menyimpan	16	40,0
5	Pemanfaatan informasi	Sedikit	12	30,0
		Cukup	14	35,0
		Banyak	14	35,0

Keterangan: n = jumlah pembaca tabloid *Senior*

Tabel 4 menunjukkan bahwa sebaran tingkat usaha pembaca dalam memperoleh sumber informasi ini dilakukan dengan cara membeli (55%), meminjam 25%, dan berlangganan 20%. Sebanyak 55% pembaca tidak menjadwalkan kegiatan membaca tabloid *Senior*. Frekuensi membaca pada kategori sedikit (40%). Sebanyak 40% pembaca tabloid *Senior* selalu menyimpan sumber informasi. Sebanyak 35% pembaca cukup memanfaatkan informasi yang ada di tabloid.

### Hubungan Faktor Internal dengan Perilaku Pembaca Tabloid *Senior* dalam Memperoleh Informasi Gaya Hidup Sehat

Berdasarkan hasil uji korelasi SPSS, faktor internal dengan perilaku pembaca dalam memperoleh informasi gaya hidup sehat ditunjukkan pada Tabel 5. Secara umum, faktor internal pembaca tabloid *Senior* berhubungan nyata dengan perilaku pembaca dalam memperoleh informasi gaya hidup sehat.

Tabel 5. Nilai Hubungan Faktor Internal Pembaca Tabloid *Senior* dengan Perilaku Pembaca dalam Memperoleh Informasi Gaya Hidup Sehat.

No.	Faktor Internal	Perilaku Pembaca <i>Senior</i>				
		Usaha Memperoleh ( $Y_1$ )	Penjadwalan ( $Y_2$ )	Frekuensi Membaca ( $Y_3$ )	Usaha Menyimpan ( $Y_4$ )	Pemanfaatan ( $Y_5$ )
1	Umur ( $X_{1,1}$ )	0,297	0,25	0,044	0,279	0,091
2	Pendidikan formal ( $X_{1,2}$ )	0,196	0,032	-0,100	0,164	0,276
3	Lama bekerja dalam satu minggu ( $X_{1,3}$ )	<b>0,365*</b>	0,311	<b>0,387*</b>	0,263	0,273
4	Pengalaman gaya hidup sehat ( $X_{1,4}$ )	-0,092	<b>-0,340*</b>	<b>-0,471**</b>	-0,223	<b>-0,313*</b>
5	Jumlah Keluarga ( $X_{1,5}$ )	0,011	<b>-0,353*</b>	-0,017	-0,188	-0,137
6	Kekosmopolitan ( $X_{1,6}$ )	0,077	<b>-0,325*</b>	-0,071	-0,023	0,080

Keterangan : \*\* sangat nyata pada tingkat kesalahan 0,01

\* nyata pada tingkat kesalahan 0,05

Tabel 5 menunjukkan bahwa faktor internal atau karakteristik individu pembaca yang berhubungan nyata positif dengan usaha pembaca dalam memperoleh sumber informasi (tabloid *Senior*) ialah lama bekerja dalam satu minggu. Juga berhubungan nyata dengan frekuensi membaca. Pengalaman gaya hidup sehat berkorelasi negatif dengan penjadwalan kegiatan membaca, frekuensi membaca, dan pemanfaatan informasi kesehatan. Jumlah keluarga juga berkorelasi negatif dengan penjadwalan kegiatan. Kekosmopolitan juga berkorelasi negatif dengan penjadwalan kegiatan membaca.

#### Hubungan Faktor Eksternal Pembaca Tabloid *Senior* dengan Perilaku dalam Memperoleh Informasi Gaya Hidup Sehat

Hasil uji korelasi Spearman dengan bantuan program SPSS (Tabel 6) menunjukkan bahwa terdapat hubungan nyata antara faktor eksternal dengan perilaku pembaca dalam memperoleh informasi gaya hidup sehat.

Tabel 6. Nilai Hubungan Faktor Eksternal dengan Perilaku Pembaca Tabloid *Senior* dalam Memperoleh Informasi Gaya Hidup Sehat

No.
F
akt
or
Ek
ste
rna
l
Fa
kto
r
Ek
ste
rna
l
Per

Tabel 6 menunjukkan bahwa kemas tabloid *Senior* berhubungan nyata positif dengan pemanfaatan informasi kesehatan. Materi tabloid berhubungan nyata dengan usaha pembaca untuk menyimpan sumber informasi. Konsep diri berhubungan nyata dengan pemanfaatan informasi kesehatan. Pengaruh kelompok berhubungan nyata positif dengan usaha pembaca dalam memperoleh sumber informasi. Sistem nilai berhubungan sangat nyata dengan usaha memperoleh sumber informasi, frekuensi membaca, menyimpan tabloid, dan pemanfaatan informasi. Proses sosialisasi berhubungan nyata positif dengan usaha memperoleh sumber informasi dan pemanfaatan informasi.

### **Pembahasan**

Kesadaran, minat, dan kebutuhan membaca informasi kesehatan semakin besar tatkala usia pembaca menginjak 28 tahun sampai 46 tahun. Hal ini terjadi karena kesadaran dan motivasi seseorang untuk hidup lebih sehat terjadi pada saat usia produktif. Pembaca tertarik memperoleh informasi kesehatan karena efektivitas kegiatan atau pekerjaan yang menuntut kemampuan psikis dan fisiknya terjaga.

Pembaca *Senior* bermukim di wilayah perkotaan. Tersedianya sarana dan prasarana bidang pendidikan memudahkan pembaca untuk memperoleh pendidikan yang lebih tinggi. Di samping itu, homogenitas pembaca *Senior* yang berasal dari kalangan menengah ke atas dengan pendapatan keluarga yang cukup baik memungkinkan mereka untuk dapat menyekolahkan anak-anak pada jenjang pendidikan yang lebih tinggi.

Aktivitas pembaca tabloid *Senior* cenderung diarahkan pada: (1) kemanfaatan kerja, yaitu bekerja untuk mendapat upah yang lebih baik, (2) cenderung ke arah meningkatkan kekuatan fisik, yaitu menggunakan waktu yang berlebihan (lebih dari 56 jam per minggu) untuk mendapat uang yang cukup, (3) cenderung ke arah personalisasi, yaitu menunjukkan gaya hidup yang baru, keinginan sedikit berbeda dengan

orang lain, misalnya kebutuhan membaca tabloid kesehatan, dan (4) cenderung ke arah bentuk baru secara materialistis, yaitu status simbol baru (misalnya pejabat kantor, pimpinan perusahaan), memiliki materi dan uang yang lebih banyak.

### **Hubungan Faktor Internal dengan Perilaku Pembaca Tabloid *Senior* dalam Memperoleh Informasi Gaya Hidup Sehat**

Pengalaman gaya hidup sehat berkorelasi negatif dengan penjadwalan kegiatan membaca, frekuensi membaca, dan pemanfaatan informasi kesehatan. Pembaca yang semakin sering mengalami sakit serius, pernah dirawat di rumah sakit misalnya, adalah orang-orang yang cenderung memiliki pengalaman gaya hidup sehat yang kurang.

Secara psikologis, pembaca dengan kondisi sakit -pengalaman gaya hidup sehat kurang- ini cenderung lebih banyak membaca tabloid, lebih menjadwalkan kegiatan membaca, dan lebih banyak memanfaatkan informasi yang dihadirkan oleh tabloid karena mereka tahu benar 'bagaimana rasanya sakit' sehingga keinginan menjaga kesehatan dirinya menjadi lebih besar. Sebagai contoh, orang yang pernah atau sedang menderita penyakit jantung, diabetes, atau stress berat cenderung akan lebih banyak menjadwalkan kegiatan membaca daripada orang yang tidak pernah punya pengalaman sakit. Apalagi, jika informasi yang dihadirkan tabloid memiliki hubungan dengan penyakitnya tersebut. Hal ini berimplikasi pada semakin banyak pemanfaatan informasi dalam kehidupan mereka sebagai tindakan preventif agar tidak terjadi sakit yang lebih parah lagi, atau sebaliknya sebagai penyembuhan jika informasi yang diberikan bersifat pengobatan.

Kondisi tersebut sesuai dengan masyarakat Indonesia yang oleh Irianto dan Kusno (2004: 108) disebutkan bahwa orang Indonesia lebih menyukai tindakan kuratif (pengobatan) daripada preventif (pencegahan). Hardjianti (2007: 49) juga mengatakan bahwa biaya pemeriksaan dini

sangat mahal. Oleh karena itu, di Indonesia deteksi awal terhadap suatu penyakit hanya dilakukan oleh individu yang sadar akan kepentingannya dan memiliki dana yang cukup.

Jumlah keluarga juga berkorelasi negatif dengan penjadwalan kegiatan. Hal ini terkait dengan peran anggota keluarga, terutama ibu, dalam mengkoordinasikan kegiatan dirinya di tengah anggota keluarganya. Seorang ibu yang memiliki banyak anak, kegiatan membacanya cenderung semakin tidak terjadwal.

#### Hubungan Faktor Eksternal Pembaca Tabloid *Senior* dengan Perilaku Pembaca dalam Memperoleh Informasi Gaya Hidup Sehat

Kemasan tabloid *Senior* berhubungan nyata positif dengan pemanfaatan informasi kesehatan. Semakin bagus kemasan tabloid, semakin senang orang menikmati desain tabloid yang berujung pada keinginan untuk meniru atau mencontoh kegiatan yang ditampilkan, misalnya dengan penataan warna pada makanan tidak berselera berubah menjadi makanan berselera. Hal ini berimplikasi pada orang untuk mau mencoba. Hal tersebut sesuai dengan pernyataan Machfoedz (2005: 101) yang mengatakan bahwa warna sangat berpengaruh pada sasaran karena warna memiliki kaitan erat secara psikologis, bahkan warna dapat pula menjadi obat berbagai jenis penyakit. Naenggolan (Machfoedz, 2005: 101) menuturkan pentingnya warna sebagai obat, misalnya warna merah dapat memperlancar peredaran darah, warna kuning meredakan perasaan depresi, warna hijau menenangkan susunan syaraf, warna ungu menurunkan tekanan darah tinggi, dan sebagainya.

Materi tabloid berhubungan nyata dengan usaha pembaca untuk menyimpan sumber informasi. Pembaca *Senior* adalah kalangan menengah ke atas dan memiliki pendidikan yang tinggi sehingga mereka terbiasa menimba kekayaan kognitifnya melalui bacaan yang umumnya ditulis dalam

bahasa asing, terutama bahasa Inggris. Istilah-istilah asing yang aktual seperti *blow up*, *headline*, *launching*, *go public*, *entrepreneurship*, *performance*, dan sebagainya bisa mereka dengar dengan baik. Istilah-istilah dalam bidang kesehatan seperti imunologi, higienis, kuratif, virus, bakteri, preventif, infeksi, endemik, kronis, dan sebagainya sudah menjadi istilah umum bagi mereka. Bahasa tabloid *Senior* mengajak pembaca berpikir, menggunakan akal sehat, dan membimbing sikap kritis.

Konsep diri pembaca juga ditentukan oleh tingkatan kepuasan atau ketidakpuasan yang pembaca rasakan terhadap dirinya sendiri, terutama bagaimana pembaca ingin memperlihatkan dirinya kepada orang lain. Hal ini dapat dicontohkan sebagai berikut: apabila seseorang memandang diri pembaca negatif karena tubuhnya terlalu gemuk, ia merasa tidak bahagia dengan keadaan tubuhnya dan akan segera menerapkan informasi yang dibacanya, misalnya dengan cara diet sehat atau mulai berolahraga untuk menurunkan berat badan. Hal tersebut dilakukan untuk menghilangkan pandangan orang yang negatif terhadap diri pembaca. Hal ini sesuai dengan pendapat Notoatmodjo (2005: 71) yang mengatakan bahwa konsep diri adalah faktor yang penting dalam kesehatan karena mempengaruhi perilaku seseorang. Dalam diri pembaca, semakin ia ingin memperlihatkan dirinya kepada orang lain sebagai yang terbaik, semakin tinggi pula ia berusaha memanfaatkan informasi-informasi kesehatan yang berdampak positif bagi dirinya.

Pengaruh kelompok berhubungan nyata positif dengan usaha pembaca dalam memperoleh sumber informasi. Pembaca yang aktif dalam kegiatan posyandu atau ikut klub senam *body language* akan lebih besar tingkat usaha memperoleh tabloid daripada pembaca yang aktif dalam kelompok arisan RT, PKK, atau aktivitas pengajian. Hal ini terjadi karena aktivitas kelompok mereka tidak memberikan referensi terhadap pola tindakan mereka. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Notoatmodjo (2005: 71) yang mengatakan bahwa citra

seorang individu sangat dipengaruhi oleh citra kelompoknya. Dengan kata lain, perilaku dari masing-masing individu cenderung merefleksikan kelompoknya.

Sistem nilai berhubungan sangat nyata dengan usaha memperoleh sumber informasi, frekuensi membaca, menyimpan tabloid, dan pemanfaatan informasi. Koentjaraningrat (1987: 26) mengatakan bahwa suatu sikap biasanya dipengaruhi oleh nilai budaya dan bersumber dari sistem nilai budaya. Notoatmodjo (2005: 76) mengatakan nilai yang berlaku di masyarakat berpengaruh terhadap perilaku kesehatan. Nilai-nilai tersebut ada yang menunjang dan ada yang merugikan. Misalnya, nilai yang berlaku di lingkungan pembaca bahwa meludah sembarangan itu tidak baik adalah nilai yang positif. Sebaliknya nilai yang berlaku di lingkungan pembaca bahwa 'kerokan' dengan menggunakan uang logam adalah baik karena bisa menghilangkan masuk angin adalah nilai yang negatif.

Pembaca banyak menilai positif bahwa 'kerokan' dengan menggunakan uang logam bisa menyembuhkan masuk angin; luka lecet diobati dengan pinisilin; makan sayur bisa menimbulkan asam urat; luka bakar disembuhkan dengan olesan pepsodent, dan sebagainya. Oleh karena budaya membaca mereka sangat kuat, nilai-nilai positif tersebut akan berubah negatif setelah mereka membaca informasi yang benar di tabloid *Senior*. Karena sistem nilai pembaca untuk berperilaku hidup lebih sehat sangat baik, mereka mau meninggalkan kebiasaan lamanya tersebut dan menggantinya dengan kebiasaan baru seperti yang diinformasikan oleh tabloid. Tabloid *Senior* memberi informasi dengan menunjukkan data-data yang akurat bahwa budaya 'kerokan' berbahaya karena bisa menimbulkan penyakit kanker kulit, luka bakar yang diolesi pepsodent menimbulkan infeksi, dan sebagainya.

Usaha untuk mengubah perilaku seperti jабaran di atas sangat tergantung pada tingkat budaya membaca dan budaya untuk berperilaku sehat pembaca. Semakin tinggi budaya membaca dan berperilaku sehat di

lingkungan pembaca, semakin tinggi pula frekuensi membaca responden serta pemanfaatannya dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini akan berbanding lurus dengan tingkat usaha pembaca untuk memperoleh tabloid dan usaha menyimpan tabloid. Pembaca dengan tingkat budaya membaca dan berperilaku sehat yang tinggi cenderung akan memperoleh tabloid dengan cara berlangganan daripada sekadar membeli atau meminjam.

Apabila dikaitkan dengan program penyuluhan kesehatan, Foster (1973: 79) mengatakan bahwa untuk mempelajari dinamika dari proses perubahan dari sudut individu maka seorang penyuluh perlu sekali mengetahui kondisi dasar dari individu agar mau mengubah tingkah lakunya. Komunitas *Senior* termasuk golongan orang yang mudah menerima ide baru. Untuk itu, nilai-nilai negatif yang dianggap positif dalam bidang kesehatan oleh komunitas pembaca perlu digali. Selanjutnya, materi atau program-program penyuluhan kesehatan, secara langsung ataupun lewat media massa, dapat di arahkan pada nilai-nilai tersebut. Proses pembelajaran harus dilakukan dengan terlebih dahulu memperhatikan karakteristik pembaca, yang menjadi sasaran penyuluhan, dan situasi pembelajaran.

Proses sosialisasi berhubungan nyata positif dengan usaha memperoleh sumber informasi dan pemanfaatan informasi. Orang yang terbiasa bergaya hidup sehat sejak kecil cenderung memiliki kebutuhan untuk berperilaku sama setelah ia dewasa. Misalnya, makan teratur, istirahat teratur, olahraga teratur, serta menjaga lingkungan bersih dan sehat. Demikian pula dengan orang yang terbiasa dengan budaya membaca sejak kecil, ia akan memiliki kecenderungan yang sama setelah dewasa. Akibatnya, usaha keras untuk memperoleh tabloid dan penerapan informasi lebih banyak dijumpai pada pembaca dengan tingkat proses sosialisasi yang tinggi. Semakin kecil usia pembaca ketika proses sosialisasi dilakukan, semakin besar pula tingkat memperoleh sumber informasi dan penerapannya. Perilaku ketika kecil yang dibawa pembaca setelah ia dewasa akan



menjadi semacam budaya, yaitu kebiasaan – sadar atau tanpa sadar- yang berfungsi sebagai tata kelakuan yang mengatur, mengendalikan, dan memberi arah kepada perilaku dan perbuatan pembaca dalam masyarakat. Untuk itu, apabila dikaitkan dengan peranan penyuluhan kesehatan, upaya untuk menganjurkan masyarakat agar mau berperilaku sehat, sering membaca dan menghargai waktu harus dimulai sejak kecil, misalnya dimulai dari pendidikan keluarga.

### **Kesimpulan**

Penelitian tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku pembaca Tabloid *Senior* dalam memperoleh informasi gaya hidup sehat menghasilkan tiga kesimpulan sebagai berikut:

1. Faktor internal pembaca *Senior* sebagai berikut: mayoritas pembaca tabloid *Senior* berumur 28 sampai dengan 46 tahun, pendidikan formal mayoritas diploma dan sarjana (S1), pekerjaan karyawan dengan jumlah jam bekerja lebih dari 56 jam, pengalaman gaya hidup sehat tinggi, jumlah keluarga mayoritas antara 4 sampai dengan 6 orang, dan pembaca cukup memiliki sifat kekosmopolitan. Faktor eksternal pembaca *Senior* sebagai berikut: pembaca menilai bahwa kemasan dan materi tabloid *Senior* menarik, konsep diri pembaca terhadap kesehatan cukup baik, kurang terdapat pengaruh kelompok formal dan nonformal pada diri pembaca, sistem nilai dan proses sosialisasi pembaca cukup baik.
2. Faktor internal yang berhubungan nyata positif terhadap perilaku pembaca *Senior* adalah lama bekerja dalam satu minggu. Faktor internal yang berhubungan nyata negatif dengan perilaku pembaca adalah pengalaman gaya hidup sehat, jumlah keluarga, dan kekosmopolitan. Pembaca yang memiliki pengalaman gaya hidup sehat kurang adalah pembaca yang lebih banyak mengalami peristiwa sakit. Kondisi sakit ini berimplikasi pada keinginan untuk menyerap informasi lebih
3. Faktor eksternal yang berhubungan nyata positif terhadap perilaku pembaca *Senior* adalah: kemasan, materi (topik dan bahasa), konsep diri, pengaruh kelompok, sistem nilai, dan proses sosialisasi. Hal ini terjadi karena citra seorang individu sangat dipengaruhi oleh citra kelompoknya. Di samping itu, seseorang tidak bisa lepas dari nilai-nilai budaya – termasuk di dalamnya budaya membaca, budaya menghargai waktu, dan budaya hidup sehat sehingga semakin tinggi sistem nilai yang dianut serta proses sosialisasi yang diajarkan orang tua sejak kecil, semakin tinggi pula usaha pembaca dalam memperoleh tabloid, frekuensi membaca, menyimpan tabloid, dan memanfaatkan sumber informasi.

### **Rujukan**

- Arikunto, Suharsimi. 2002. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, Saifuddin. 2003. *Sikap Manusia. Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Cassier, Ernst. 1994. *Manusia dan Kebudayaan: Sebuah Esei tentang Manusia*. Jakarta: PT. Gramedia.
- Darmanto Jatman. 1996. *Perilaku Kelas Menengah Indonesia*. Yogyakarta: Yayasan Bentang Budaya.
- Hardjianti, A. 2007. *Waspadai Benjolan di Payudara: Female Readers*. Jakarta: Nissa Al Banna.
- Ircham Machfoedz. 2005. *Pendidikan Kesehatan Bagian dari Promosi Kesehatan*. Yogyakarta: Fitramaya.
- Koentjaraningrat. 1987. *Kebudayaan Mentalitas dan Pembangunan*. Jakarta: Gramedia.
- Kus Irianto dan Kusno W. 2004. *Gizi dan Pola Hidup Sehat*. Bandung: Margahayu Prima Utama.

- Machfoedz, Ircham. 2005. *Pendidikan Kesehatan Bagian dari Promosi Kesehatan*. Yogyakarta: Fitramaya.
- Margono Slamet. 2003.. 2003. *Membentuk Pola Perilaku Manusia Pembangunan*. Penyunting, Ida Yustina dan Adjat Sudradjat. Bogor: IPB Press.
- Notoatmodjo, S. 2005.*Promosi Kesehatan, Teori dan Aplikasi*. Jakarta: Rineka Cipta